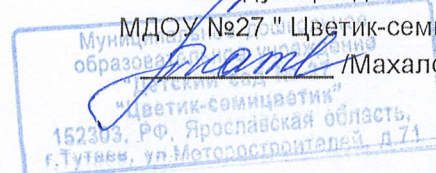


Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./



МЕНЮ

4 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,3	17,2	132	0,4
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	6,4	9,7	40,8	276	0,4
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		11,3	47	0,1
Итого			150	0,4		11,3	47	0,1
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	3	4,5	48	1,8
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,7	2,1	12,2	95	4,5
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	12,7	13,6	14,5	231	1,3
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	37	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			557	22,5	19,1	55,5	485	7,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	120	3,2	3	13	95	1,1
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,2	10,7	1,6	136	0,1
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,6	13,6	102	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			475	18,6	18,1	62,9	495	11,3
Всего				47,9	46,9	170,5	1303	19,4

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю



МЕНЮ

4 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	52	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,3	20,6	158	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	95	0
Итого			407	7,9	12,4	49,1	341	0,6
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		13,3	55	0,2
Итого			180	0,5		13,3	55	0,2
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,6	4,9	56	2,1
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,6	1,9	11,9	92	4,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,1	4,6	14,9	119	4,7
2012	53	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18	18,3	20,1	317	1,5
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9	36	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			666	28,5	24,4	66,6	602	8,1
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	144	3,9	3,6	15,6	114	1,3
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,1	13,3	2	169	0,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	190	19,8	24,3	17,1	367	9,1
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,4	15,5	119	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	95	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			564	22,7	22,2	73,6	593	12,2
Всего				59,6	59	202,6	1591	21,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.